Zwart op wit: Meningen van jongeren over drugs

Handleiding voor begeleiders van jongerengroepen

VAD

Deze handleiding is een uitgave van de Vereniging voor Alcohol- en andere Drugproblemen vzw

HANDLEIDING BIJ DE VIDEO ZWART OP WIT: MENINGEN VAN JONGEREN OVER DRUGS

Infofiche video

Benaming: Zwart op wit: De mening van jongeren over drugs.
Doelgroep: Jongeren vanaf 14 jaar (jeugdbeweging, jeugdhuis, buurtwerking, school, ...)
Tijd: De video duurt 20 minuten, opgedeeld in 4 blokken van 5 minuten.
De nabespreking kan variëren afhankelijk van de gekozen stellingen.
Materiaal: Videorecorder + TV
Begeleiding: 1 begeleider is voldoende. De begeleiding behoeft geen voorkennis over drugs, een gezonde interesse in de drugproblematiek is voldoende. De begeleider bekijkt op voorhand best de video en de handleiding.

Inleiding

Binnen het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie (VIG) inventariseerde de werkgroep 'jongeren' het materiaal dat bruikbaar is in het kader van gezondheidspromotie voor jongeren in hun vrije tijd. Aansluitend bij deze inventaris wilden we vernemen hoe jongeren over gezondheid denken en welke preventieve boodschappen bij hen aanslaan. Daarom legde de werkgroep zijn oor te luisteren bij de jongeren zelf.

Tijdens de Megafestatie in Flanders-Expo te Gent (1997) installeerden we een videoblackbox. In deze blackbox interviewden we een 350-tal jongeren aan de hand van 10 stellingen die betrekking hadden op gezondheid. De stellingen behandelden veilig vrijen, gezonde tanden, gezonde voeding, alcohol- en ander druggebruik, ... In totaal verzamelden we 17 uren videomateriaal.

Het opgenomen videomateriaal werd gereduceerd tot 20 minuten boeiende uitspraken van jongeren. Gezien deze montage in opdracht van de Vereniging voor Alcohol- en andere Drugproblemen (VAD) gebeurde, is de video beperkt tot uitspraken over alcohol- en ander druggebruik. De stellingen en vragen die in de video aan bod komen zijn:

- Een joint roken is veel gezonder dan een pint drinken
- Is alcohol een zware drug?
- Als je rookt, heb je vrienden
- Alles moet, niets mag

De video kan worden gebruikt als aanleiding voor een gesprek over drugs. Op de video doen heel wat jongeren uitspraken over verschillende aspecten van de drugproblematiek. Hierdoor worden jongeren aangesproken om ook hun eigen mening te ventileren. Je kan de video gebruiken in een klasgroep, in een jeugdbeweging, in een jeugdhuis, op kamp, ... Zorg ervoor dat de groep niet te groot is zodat de mening van elke deelnemer aan bod kan komen.

Handleiding

De video 'Zwart op wit' behandelt vier stellingen over de drugproblematiek Verschillende jongeren geven ongezouten hun mening en nemen duidelijke standpunten in. Een nabespreking van deze video is dan ook essentieel. De soms uitdagende stellingnames op de video lokken discussie uit en zetten jongeren aan tot het verkondigen van hun eigen mening. De video richt zich tot jongeren vanaf 14 jaar.

De begeleider van de nabespreking behoeft geen specifieke voorkennis over drugs. Hij of zij moet in de eerste plaats de discussie in goede banen leiden en niet zozeer juiste antwoorden aanreiken. De nabespreking heeft eerder de bedoeling verschillende standpunten aan bod te laten komen. Kennis over de verschillende drugs is hierbij niet direct belangrijk, eerder het naar waarde schatten van verschillende meningen. Wanneer bepaalde vragen toch een drugspecifiek antwoord behoeven, kan men steeds beroep doen op de diensten van De Druglijn. Meer informatie over De Druglijn vind je achteraan in deze handleiding.

De inhoud van de nabespreking zal zeker ook samenhangen met de gekozen stelling.

- Aan de hand van de eerste twee stellingen kan je een discussie opstarten over de verschillende aspecten die samenhangen met de beoordeling van druggebruik als gevaarlijk gedrag. In deze discussie kan je een onderscheid aanbrengen tussen gezondheidsrisico's, sociale risico's, juridische risico's en financiële risico's van druggebruik.
- De derde stelling kan je gebruiken als aanleiding tot een gesprek over groepsdruk. Welke redenen halen jongeren aan om te beginnen roken of om andere drugs te gebruiken? Rookt men om erbij te horen? Heeft men minder vrienden wanneer men niet rookt?
- De laatste stelling is een beetje een buitenbeentje. Deze stelling is bedoeld om even stil te staan bij de aanpak van drugproblemen. Hoe worden jongeren vanuit preventief oogpunt het best benaderd? Is repressie noodzakelijk of kunnen jongeren zelf een bewuste keuze maken?

Hieronder vind je per stelling correcte en aanvullende informatie bij de meningen die de jongeren op de video geven. Daarnaast vind je ook tips en vragen om de discussie naar aanleiding van de stellingen te begeleiden.

Een joint roken is veel gezonder dan een pint drinken

Achtergrondinformatie bij de video

Foutieve of onvolledige uitspraken van de jongeren op de video

- "een joint met harddrugs in"
- "ze zeggen dat een joint je longen zuivert"
- "marihuana gebruiken tijdens de zwangerschap is gezonder dan alcohol"
- "wanneer je met softdrugs begint, heb je grote kans dat je later overstapt naar zwaardere drugs"

Correcte en aanvullende informatie

• Een joint is de benaming van een sigaret waarin cannabis (hasj of marihuana) wordt gedaan. Cannabis wordt geklasseerd onder de soft drugs. Dit wil echter niet zeggen dat je cannabis niet "hard' kan gebruiken. Het onderscheid tussen soft en hard drugs moet worden aangevuld met het onderscheid tussen soft en hard gebruik. Een zogenaamde hard drug (bv. alcohol) kan je zacht gebruiken, d.w.z. op een verstandige manier zonder overdrijven. Een zogenaamde soft drug (bv. cannabis) kan je hard gebruiken, d.w.z. overdreven veel gebruiken.

• Een joint bevat gemiddeld 8 à 10 maal meer teer dan een gewone sigaret. Een joint is dus ongezonder voor je longen dan een gewone sigaret.

• Een grens voor veilig druggebruik tijdens de zwangerschap is voor geen enkele drug (alcohol inbegrepen) aan te geven. Niet-gebruik is tijdens de zwangerschap de veiligste beslissing.

• Dat men na het gebruik van cannabis sowieso overstapt op het gebruik van zwaardere drugs is een fabeltje. Heel wat jongeren experimenteren met cannabis, maar slechts een kleine minderheid gaat over tot het gebruik van zwaardere drugs. Wel is het zo dat heroïnegebruikers en cocaïnegebruikers bijna allemaal ooit met een joint begonnen. Maar deze redenering mag niet worden omgekeerd.

Aanzetten voor een nabespreking van de video

Welke positieve eigenschappen van cannabisgebruik en alcoholgebruik worden door de jongeren op de video aangegeven?

Wat is er volgens jullie aangenaam aan het gebruik van alcohol? Wat is er volgens jullie aangenaam aan het gebruik van cannabis?

Welke positieve boodschappen geven de jongeren op de video over niet-gebruik?

Welke elementen spelen mee bij de beoordeling van de risico's van alcoholgebruik?

Welke elementen spelen mee bij de beoordeling van de risico's van cannabisgebruik?

Wanneer de risico's van alcoholgebruik en cannabisgebruik worden besproken, moeten niet enkel de gezondheidsrisico's bekeken worden. Het gebruik van alcohol en cannabis kan ook risico's op andere vlakken inhouden: juridische problemen, problemen op school, verkeersveiligheid, sociale problemen, thuis.

Is alcohol een zware drug?

Achtergrondinformatie bij de video

Foutieve of onvolledige uitspraken van de jongeren op de video

- "een pint bier kan geen kwaad, sterke drank is eigenlijk het probleem"
- "wanneer je opstaat met alcohol, wordt het pas een probleem"
- "wanneer je met bier begint, eindigt het altijd met sterke drank"

Correcte en aanvullende informatie

• Alle alcoholhoudende dranken kan je in drie groepen onderverdelen: bier, wijn en sterke drank. In bier zit gemiddeld 5%, in wijn 12% en in sterke drank 35% pure alcohol.
Luxebieren (o.a.streekbieren) bevatten meestal tussen de 8 à 12 % pure alcohol, aperitieven ongeveer 18 %.

• De verschillende dranken worden uit verschillende glazen gedronken. Bier drink je uit een bierglas en sterke drank uit een borrelglaasje, dat veel kleiner is. We spreken hier over standaardglazen. In elk glas zit ongeveer evenveel pure alcohol, ongeveer 10 à 12 gram. Dat betekent dat iemand die één glas bier drinkt evenveel alcohol in zijn lichaam krijgt als iemand die een glaasje wijn of whisky drinkt.

• Dronken worden heeft dus niet zozeer te maken met wat je drinkt. Zaken als hoeveel en hoe snel je drinkt, of je aan alcohol gewend bent, of je genoeg gegeten hebt en of je voldoende geslapen hebt, hebben een veel grotere invloed.

• De meeste mensen die alcohol drinken, hebben daar geen problemen mee. Zij doen mee aan de gewoontes in hun omgeving en drinken voor de gezelligheid. Er zijn ook mensen die wel problemen hebben met het gebruik van alcohol. Om allerlei redenen zijn zij steeds meer alcohol gaan drinken. Vaak gaat dit ongemerkt en het kan jaren duren vooraleer duidelijk wordt dat de alcohol een probleem geworden is. Als je je in het verkeer begeeft kan een kleine hoeveelheid alcohol reeds een probleem zijn.

• Wanneer iemand verslaafd is aan alcohol gaat dit gepaard met lichamelijke en geestelijke afhankelijkheid. 's Ochtends reeds nood aan alcohol hebben, kan hierop wijzen. Wanneer iemands lichaam gaat protesteren wanneer het geen alcohol meer krijgt, spreekt men van lichamelijke afhankelijkheid. De persoon wordt ziek en voelt zich miserabel.

Wanneer iemand een heel sterke behoefte heeft aan alcohol en er in zijn gedachten steeds mee bezig is, spreekt men van geestelijke afhankelijkheid. De persoon heeft het gevoel dat hij alcohol nodig heeft om zich prettig te voelen.

• Op basis van de Ledermannformule[1] kan men een schatting maken van het aantal probleemdrinkers in België. Uit de verkoopcijfers in België van 1994 schat men dat bijna 500.000 Belgen dagelijks minimum 8 glazen alcohol drinken. Onder hen waren circa 245.000 personen die dagelijks minstens 12 glazen alcoholhoudende dranken consumeerden, terwijl van deze laatste groep naar schatting 140.000 mensen meer dan 16 glazen gemiddeld per dag gebruikten.

• Het is niet mogelijk personen, uitsluitend op basis van hun gemiddeld alcoholgebruik per dag, te classificeren als probleemdrinkers, excessieve drinkers of alcoholisten. Wel is uit onderzoek bekend dat patiënten die opgenomen worden in klinieken voor de behandeling van alcoholisme, gewoonlijk een minimumconsumptie van 12 standaardglazen en een gemiddelde consumptie van meer dan 20 standaardglazen per dag rapporteren.

Algemeen wordt aangenomen dat een wekelijkse consumptie van 21 standaardglazen alcohol en meer bij volwassen mannen en 14 standaardglazen en meer bij volwassen vrouwen een sterk verhoogd risico vormt om problemen (zowel op gezondheids- als sociaal vlak) te ontwikkelen naar aanleiding van zijn of haar alcoholgebruik.

Aanzetten voor een nabespreking van de video

Welke gezondheidsrisico's worden door de jongeren op de video aangehaald?

Welke sociale risico's worden door de jongeren op de video aangehaald?

Is volgens jullie alcohol drinken geen probleem zolang je het zelf onder controle hebt?

Is alcohol volgens jullie een zware drug? Zo ja, waarom? Zo nee, waarom?

Welke redenen brengen jongeren op de video aan om alcohol te drinken?

Welke positieve boodschappen voor het niet-gebruiken van alcohol geven de jongeren op de video?

[1]De Ledermannformule is gebaseerd op het gebruik van accijnscijfers.

Als je rookt, heb je vrienden

Achtergrondinformatie bij de video

Redenen om te roken volgens de jongeren op de video

- stoer doen
- cool zijn
- erbij horen
- 'in' zijn
- voor de gezelligheid

Redenen om niet te roken volgens de jongeren op de video

- je dwingt respect af door niet te roken
- je toont er mee dat je karakter hebt
- door te roken jaag je je vrienden soms ook weg
- wanneer je niet rookt, vindt iedereen je sterk

Aanvulling bij de redenen om te roken

Deze opsomming is niet volledig, maar geeft de meest gebruikte redenen om te roken:

- het is lekker
- om je niet te vervelen
- om je te ontspannen, je angsten te overwinnen
- om iets te doen te hebben met je handen
- uit nieuwsgierigheid
- om contact te maken
- het staat volwassen
- het is gezellig

Aanvulling bij de redenen om niet te roken

Deze opsomming is zeker niet volledig, maar geeft de meest gebruikte redenen om niet te roken:
- geen behoefte, andere interesses/dingen doen
- het is vies, het kleurt je vingers en je tanden
- alles is frisser: je kleren en je haren, de gordijnen en het behang
- alles smaakt beter en je adem ruikt fris
- het levert gezondheidsklachten op zoals verminderde conditie, hoesten, tranende ogen, misselijkheid, benauwd krijgen, geprikkelde keel, hoofdpijn
- het is gezonder: het risico op kanker, bronchitis, hart- en vaatziekten is kleiner
- het spaart veel geld uit

De meeste redenen die jongeren aangeven om te roken of niet te roken, zijn gelijkaardig aan de redenen die ze geven voor het gebruik van andere drugs.

Aanzetten voor een nabespreking van de video

Welke redenen geven de jongeren op de video aan om te roken?

Wat zijn volgens jullie nog redenen om te roken?

Welke redenen geven de jongeren op de video om niet te roken?

Wat zijn volgens jullie redenen om niet te roken?

Zijn rokers en niet-rokers twee gescheiden werelden?

Zijn rokers slechte vrienden? Zijn vrienden waarvoor je moet roken 'echte' vrienden?

Wanneer besef je dat je verslaafd bent aan sigaretten?

Je kan met de groep naar alternatieven zoeken waardoor je niet hoeft te roken. Hoe kan je je ontspannen zonder te roken? Hoe kan je contact leggen zonder te roken? Hoe kan je weigeren om te roken?

Alles moet, niets mag

Achtergrondinformatie bij de video

Tegenstrijdige informatie

Enerzijds krijgen jongeren het gevoel dat er steeds meer beperkingen en verplichtingen worden opgelegd (sluitingsuur van cafés, overaanbod aan gezondheidscampagnes, ideale lichaamsmaten, ...). Anderzijds krijgen jongeren ook onduidelijke informatie over wat mag en wat niet mag met betrekking tot illegaal cannabisgebruik.

Duidelijke informatie

• Jongeren hebben het gevoel dat ze bij tal van maatschappelijke problemen (verkeersongevallen, overlast, drugs, ...) worden geviseerd. Het beleid moet zich eerder richten op een structurele oplossing voor deze problemen, dan op een vingerwijzing naar de jongeren. De vraag bij deze problematieken is of het gaat om een probleem 'van' jongeren of om een probleem dat de maatschappij heeft 'met' jongeren. Binnen een goed doordacht jeugdbeleid, sociaal beleid, tewerkstellingsbeleid, ... zouden deze problematieken een structurele aanpak kunnen krijgen.

• Naar de letter van de wet is het 'gebruik' van cannabis niet strafbaar. De wet vermeldt wel expliciet dat 'het vervaardigen, het vervoer, de uitvoer, de invoer, de verkoop, het te koop stellen, het afleveren, het aanschaffen en het bezit van verboden middelen strafbaar is'. In de rechtspraak wordt echter aangenomen dat gebruikers drugs bezitten of ze tenminste hebben aangeschaft of ingevoerd. Cannabisgebruikers zijn dus strafbaar. In de aanbevelingen van de kamerwerkgroep drugs (5 juni 1997) wordt gesteld dat het gebruik van cannabis de laagste vervolgingsprioriteit moet krijgen. Voor zolang deze aanbevelingen niet worden bekrachtigd door een circulaire of een wet, blijft de situatie echter onduidelijk.

Aanzetten voor een nabespreking van de video

Bij welk standpunt kan jij je aansluiten?

- Omdat alles verboden is wil je constant regels overschrijden.
- Afschrikwekkende informatie werkt maar voor een korte tijd.
- Jongeren moeten niet als één geheel worden aangesproken, maar er moet onderscheid worden gemaakt tussen verschillende doelgroepen.
- Preventiecampagnes moeten duidelijk "anti" zijn.
- Jongeren zijn niet dom, ze kunnen zelf wel uitmaken wat kan en wat niet kan.
- Cannabisgebruik wordt meestal door de vingers gezien.

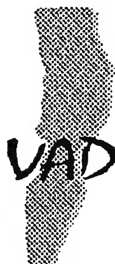
Tot slot

Talrijke publicaties bieden informatie over verschillende aspecten van de alcohol- en drugproblematiek. Het zou ons te ver leiden deze allemaal op te sommen. Wanneer je nog bijkomende informatie wenst, kan je de VAD-catalogus gratis aanvragen. Deze catalogus geeft een overzicht van al de publicaties en het didactisch materiaal dat je bij VAD kan bekomen.
Ons adres: E. Tollenaerestraat 15 - 1020 Brussel.
Je kan ons telefonisch bereiken op het nummer 02/423.03.33 of per fax op het nummer 02/423.03.34.

Heb je concrete vragen over drank, drugs en pillen, dan kan je ook De Druglijn bellen op het nummer 078/15.10.20. Bij De Druglijn kan je anoniem terecht tegen zonaal tarief. Elke werkdag van 12.00 u tot 21.00 u., zaterdag van 15.00 u. tot 21.00 u., op zon- en feestdagen gesloten.

078-15-10-20 DE DRUGLIJN

Vereniging voor Alcohol- en andere Drugproblemen vzw
E. Tollenaerestraat 15
1020 Brussel
Tel. 02/423.03.33
Fax 02/423.03.34



Dit project werd gefinancierd door de Vlaamse minister van Begroting, Financiën en Gezondheidsbeleid.

